

بررسی مهارت‌های روانی سطح ۳۵ و ۳۶ تکامل

یه کتاب نسبتا داستانی درمورد مهارت‌های روانی

نویسنده: عاطفه بدوی

بررسی مهارت‌های روانی سطح ۳۵ و ۳۶ تکامل

مدت زیادی از آخرین باری که سراغ بررسی مفهوم ابعاد رفتم می‌گذره و میشه گفت که بخش زیادی از درساشو فراموش کردم. اما کاملا می‌تونم به یاد بیارم که حین دنبال کردن این داستان، چقدر خواب‌هایی که می‌دیدم می‌تونست برام الهام‌بخش واقع بشه و گرسنگی ذهنیم رو برطرف کنه.

به کمک یادداشتای خلاصه‌ای که از سطحای قبل از ۳۵ دارم، این سفر رو ادامه میدم.

توی سطوح جدید، یه الگوی خاصی درحال تکرار شدنه. به این صورت که ارزیابیم از سطح ۳۳ این بود که مهارتاش قراره به کشف الگوهای حقارت کمک کنه. در سطح ۳۴، توانایی‌هاش قراره به افشای الگوهای حقارت کمک کنه.

این ارتباط دوتایی، توی سطوح قبل‌تر هم دیده میشه. سطح ۳۱، ظاهرا مرتبط با طرح تلقین و آشنایی با مفهوم تلقینه و سطح ۳۲، شامل مهارت هایی هست که کمک میکنه تا الگوهای تلقین و نحوه‌ی ارائه‌اش به جامعه رو طراحی کنیم.

چه این مهارتا و روش استخراج‌شون درست و قابل اعتماد باشه و چه صرفا ساخته‌ی ذهن، میشه گفت که مهارت‌های کاربردی‌ای هستن. برای من حتی در مورد ساده‌ترین تصمیمات روزمره و نحوه‌ی کار کردنم هم تونستن الهام‌بخش واقع بشن و تا حد زیادی از سردرگمی و دودلی‌هام کم شد. به همین دلیل هم هست

که با وجود شک و تردیدهایی که در مورد واقعیت این سیستم تکاملی دارم، ترجیح میدم که به مطالعه و بررسی خواب‌هام ادامه بدم.

نکته‌ای که بهتره پیش از شروع این کتاب یادآور بشم اینه که لطفا درمورد چیزی که مطالعه می‌کنید مسئولیت‌پذیر باشید و نگاه انتقادی خودتون رو حفظ کنید. من سعی میکنم چیز خوب، امن و مفیدی رو بنویسم اما داشتن چنین نیتی، تضمین کننده‌ی سلامت این محتوا نیست.

عکس روی جلد، یه نقاشی با ترکیب گواش و رنگ روغن گلسازی، اکرلیک و خمیر گلسازی از دریاچه‌ی طبریه در اسرائیله که درموردش یه‌سری افسانه‌ها و رازهای جالبی وجود داره و قرار دادنش روی جلد این کتاب، اونقدرا هم بی‌ربط نیست. قصد داشتم تابلوی پر و پیمون‌تری بسازم ولی خمیرام فعلا تموم شده.

نحوه‌ی طراحی جلد هم یکم مسخره شده، چراکه برنامه‌ای که باهاش جلدامو طراحی می‌کردم، ناامن و عن‌محتوا به‌نظر می‌رسید و زدم حذفش کردم.

بقیه‌ی کتابای مرتبط با سطوح تکاملی و کتابایی که توی چند سال اخیر نوشتمو می‌تونید از این لینک پیدا کنید:

https://t.me/ketabkhanehzor

ولی کتابای جدیدو دیگه فعلا تو این کاناله نمی‌فرستم و رفتم سراغ یه کانال جدید:

https://t.me/ketabke5ab

دلیل این مهاجرت هم اینه که کتابای کانال قبلیه، داره تو تلگرام دست‌به‌دست میشه و افرادی در سطح فیزیکی، بهش دسترسی پیدا کردن. نه که بدم بیاد بقیه کتابامو بخونن ولی ترجیح میدم دوره‌هایی که درمورد یه موضوع خاصی تحقیق میکنم و می‌نویسم، حس نکنم

که تحت نظرم و بهم نگاه میکنن. شاید بعد گذشت یک سال، فایلای جدید به‌دردبخور رو گلچین کنم و بفرستم کانال قبلی ولی حین تحریر کتابای جدید، ترجیح میدم که از خواننده‌های بالقوه‌اش دور باشم.

اینکه بدونم بهم نگاه میکنن، باعث میشه صادقانه حرفمو نزنم و دچار شرم و رودروایسی بشم که طبیعتا کیفیت کارمو پایین میاره.

نکته ی دیگه ای که بهتره بگم اینه که شما می تونید نظرات و انتقادات خودتون رو در حین مراقبه ارسال کنید یا توی شبکه های اجتماعی ای که شانس خوندنشون رو دارم منتشر کنید. پیغامایی که میفرستید رو معمولا توی خوابام میبینم یا انرژیشون رو احساس میکنم.

لطفا از فرستادن انرژی مثبت و مفید خودتون خودداری کنید و از این انرژی بکر، برای پیشبرد ماموریت های بعدی خودتون استفاده کنید. تنها

چیزی که هنوز نیاز دارم، یه بوس دیگه از شوهر عزیزمه.

.

.

.

بررسی سطح ۳۵ تکامل

اینکه بعد مدت‌ها سراغ مطالعه‌ی مفهوم ابعاد اومدم حس خوبی داره و می‌تونم حس کنم که انرژیم در حال بهبود پیدا کردنه.

یکی دو بار اول که قبل از خواب درمورد انجام مراقبه اقدام کردم، یا حس میکردم خوابی ندیدم یا خوابامو به سرعت فراموش میکردم اما خواب دیشبم رو به یاد دارم و فکر میکنم ممکنه با سطح ۳۵ در ارتباط باشه.

در این مورد مطمئن نیستم اما ویژگی خاص خواب‌هایی که بعد از مراقبه برای شناخت مفهوم ابعاد می‌بینم اینه که معمولا در جریان این خوابا یه چالش دلهره‌آور و آشکار وجود داره و معمولا در جریان همون خواب هم یه ایده‌ی غیر منتظره و جالب ظاهر میشه.

در دنیای خواب، میدیدم که مشغول تماشای یه گروه از آدما هستم. اونا توی یه کلاب یا کاباره بودن و خوش می‌گذروندن. حدس میزدم که این تصویر، ساختگی و شبیه‌سازی شده باشه و دوست داشتم در جریانش، موقعیت‌ها و احساساتی رو درک کنم که در حالت عادی، قادر به تجربه‌شون نیستم.

اونها لباسای سیاه‌رنگی پوشیده بودن و خیلی هم سکسی به نظر می‌رسیدن.

یهو یه گروه گربه‌سان وحشی، سراغ این گروه از آدما اومدن. عده‌ای در ابتدا دست‌پاچه شدن و گربه سانا بهشون حمله کردن.

کنجکاو شدم که خودمو توی اون موقعیت قرار بدم و تا جای ممکن، حسی که دارنو تجربه کنم و ببینم آیا راه حلی به ذهنشون می‌رسه یا نه.

وقتی رفتم اونجا، مردی رو پیش خودم دیدم که خیلی شبیه سامحو بود. اون خیلی خونسرد به نظر می‌رسید و انگار خودش و اطرافیانش از قبل، راهکار رو می‌دونستن.

اونا با همدیگه شروع کردن به خوندن یه شعر وطن‌پرستانه و فاشیستی و اگه درست یادم باشه، سامحو بهم اشاره زد که منم باهاشون

اون شعرو بخونم. اونقدر ترسیده بودم که شروع کردم به خوندن شعری که به مفهومش باوری نداشتم. به معنای شعره باور نداشتیم، صرفا می‌خواستیم اون حیوونا رو تحت تاثیر قرار بدیم.

قرفی نمیکرد سرود ملی کدوم کشور خونده بشه فقط باید حماسی و غرورآمیز باشه. اون حیوونا به شکل عجیبی تحت تاثیر قرار گرفتن و آروم شدن.

گربه‌سان‌ها، بخصوص موجودی مثل شیر، در فرهنگ عمومی به‌عنوان نماد غرور و مردانگی شناخته شدن. این حیوون، سمبل بسیار محبوبی در جواهرات مردونه است و بسیاری از برندهای طراحی جواهرات هم از انواع گربه‌سانان

برای طراحی مخصولات خاص خودشون و یا امضای کارشون استفاده میکنن.

این مفهوم، در تضاد با حس حقارته. در فرهنگ عمومی ما مردم زمین، شیر به‌عنوان سلطان جنگل هم شناخته میشه.

یه‌سری از مفاهیم سطوح قبلی تکامل رو میتونم توی این خواب ببینم اما برای درک جدیدترین الگو که مرتبط با سطح ۳۵ میشه، نیاز دارم چند تا خواب دیگه هم ببینم.

.

.

.

دیشبم برای شناخت بیشتر سطح ۳۵ مراقبه انجام دادم.

خوابای زیادی دیدم اما یکیش بیشتر تو ذهنم مونده. خواب دیدم که بچه‌ی خواهرم اومده پیشم. اون سه سالشه. خیلی برام دوست داشتنی و عزیزه. توی خواب، پدرم به خونه اومده بود و با توجه به شناختی که ازش داشتم می‌دونستم که ممکنه بچه‌هه، یعنی دریا رو اذیت کنه.

به پدرم تشر زدم که بره و یکم عصبانیت نشون دادم. دریا ترسید و فکر کرد که آدم خشنی هستم ولی درواقع می‌خواستم ازش در مقابل پدرم مراقبت کنم.

پدرمو که بیرون کردم، دیدم که دختر عمه‌ام هم اینجا پلاسه. از اونم خوشم نمی‌اومد و می‌دونستم آدم کسشعرگو و خبرچینیه. برای همین باهاش بحثم شد و از خونه انداختمش بیرون.

دریا دوباره ناراحت شد و گریه کرد و فکر کرد که دوستش ندارم و خشنم. فقط می‌خواستم این آدمای مزاحم دورش نباشن. دریا با ما پیوند خونی نداره و تازگیا به سرپرستی گرفته شده و می‌دونستم این یاروها قرار نیست باهاش رفتار خوبی داشته باشن. هنوز از نزدیک ندیدمش اما خیلی دوستش دارم.

توی خوابم، بچه ازم فاصله گرفت و ترسید. درکش می‌کردم و گذاشتم راحت باشه. صرفا خوشحال بودم که این جنده‌ها رو از خونه دور کردم و نمی‌تونن مزاحمش شن و تحقیرش کنن.

.

.

.

ساعت ۱۰ و شونزده دقیقه‌ی صبحه و خواب‌هایی که دیشب دیدم، بهم این حسو داد که ذهنم ازم میخواد دست از کارای دیگه بکشم و کتابی که شروع کردم رو ادامه بدم. شاید فکر کنید که من خیلی بی‌ادب هستم اما ذهن ما واقعا موجود به‌مراتب بی‌ادب‌تریه و در همچین مواقعی، خواب‌هایی ظاهر میشن که رسما ما رو به جنده تشبیه میکنن.

با توجه به دو تا خوابی که تا اینجا دیدم، می‌تونم یه سری الگوهای مشترک رو استخراج کنم. اول الگوهای مرتبط با کشف و افشای حقارت رو می‌بینم که چیز جدیدی نیست و توی دو سطح قبلی، باهاش آشنا شدیم.

بعدش چیزایی مرتبط با عزت نفس رو می‌بینم که تا جایی که چک کردم توی سطح قبلی باهاش روبه‌رو نشدیم. این موضوع تاحدی فرق داره با حس عزت نفس که مرتبط با چاکرای شبکه‌ی خورشیدی هست.

در اینجا ما مهارت‌هایی رو یاد می‌گیریم که کمک میکنه عزت نفس واقعی رو از دروغی تشخیص بدیم و نذاریم که الگوهای سمی رایج در جامعه، بهمون عزت نفس کاذب بدن یا برعکس، باعث بشن که به دلایل احمقانه‌ای، عزت نفس‌مون خراب بشه. این الگوها می‌تونن کمک کنن تا مستقیما به سمت کاری بریم که حس عزت نفس واقعی و ارزشمند رو ایجاد میکنن.

مثلا درمورد مواجهه با دریا، درسته که نتونستم تصویری از خودم نشونش بدم که باعث جلب اعتمادش بشه اما درنهایت خوشحال بودم از اینکه ازش محافظت کردم و می‌تونست توی

خونه و در کنار خواهرام و مامانم، ساعات خوبی رو بگذرونه و کسی مزاحمش نشه.

یا مثلا درمورد آزمایش شبیه‌سازی با سامحو و رفقاش، فکر میکنم که اون سرود ملی، نوعی عزت‌نفس کاذب رو درون خودش داشت ولی ماها، تحت تاثیرش قرار نگرفته نبودیم؛ صرفا میدونستیم که چرا شیرها از این نوع شعرا خوششون میاد و به نحوی رام‌شون میکنه. از این نقطه ضعف‌شون استفاده کردیم تا بتونیم بقای خودمون رو حفظ کنیم. نقطه ضعفی که خودشون ازش اطلاعی نداشتن.

البته اینا همه‌اش حدس و گمانه و فکر میکنم بد نباشه دوباره آزمایش کنیم تا ببینیم چه خوابای جدیدی قراره ظاهر بشه.

.

.

.

ساعت ۱۰ و سی و هشت دقیقه‌ی شبه.

امروز فیلم دیدم، کتاب خوندم و الانم در خدمت شما هستم.

همچنان در مورد این متمرکز هستم که چیزای جدیدی درمورد سطح ۳۵ تکامل یاد بگیرم.

امروز در دنیای خواب می‌دیدم که گاها با دوستای خاصی دیدار میکنم. اونا به دیدنم میان و معمولا زمانی هم این کارو میکنن که دارن نوعی فشار روانی سخت رو تجربه میکنن. این مشکلات، چیزایی نیستن که آدمای دیگه بهش دچار نشن اما این افراد، جزو شخصیت‌های سرشناس و هنرمند جامعه به حساب میومدن و کوچک‌ترین تغییرات‌شون زیر ذره‌بین بود.

مشکلاتی وجود داشت که گاها از زندگی خصوصی‌شون درز میکرد و بقیه شروع به قضاوتشون میکردن اما این بازخوردها، حتی اگه

ناراحتشون نمیکرد، چیزی نبود که بتونه براشون نوعی تسلی تلقی بشه.

اونا دوست داشتن به‌عنوان یه فرد عادی، مورد همدلی قرار بگیرن و نه لزوما یه فرد مشهور.

گرچه هنوز برای من قابل درک نبود که چرا راضی شدن که با من نوعی رفاقت درست کنن. معاشرت باهاشون واقعا لذت‌بخش بود، بخصوص اونایی که ذاتا آدمای همدل و خوش برخوردی بودن.

در حین اومدن به سراغ من، معمولا چهره‌ی خودشون رو تغییر میدادن تا بقیه متوجه هویت‌شون نشن و پیش من که می‌رسیدن، چهره‌ی واقعی خودشون رو نشون میدادن و با هم مشغول حرف زدن میشدیم.

من ازشون درمورد شایعات و اخباری که ازشون منتشر شده بود چیزی نمی‌پرسیدم و می‌ذاشتم

تا خودشون درمورد هر چیزی که دوست دارن حرف بزنن.

در این مورد مطمئن نیستم اما برداشتم از انرژیشون این بود که در مقابل جامعه، نوعی حقارت رو تجربه میکنن. مثلا براشون ناخوش‌آیند بود که آدما قدرت اینو دارن که درموردشون هر چرت و پرتی که دوست دارن بگن و متقابلا، اینا توانایی و انرژی اینو ندارن که بخوان دهن بقیه رو بسته نگه دارن یا در مقابل شایعات و حرفای بیخود، واکنش نشون بدن.

این حرفا، توی برهه‌هایی که مشکلات زندگیشون بیشتر میشد، خیلی بیشتر ذهنشون رو به‌هم میریخت و عملا انرژیشون رو خراب میکرد.

من در واقعیت، همصحبت هیچ شخصیت سرشناس و معروفی نیستم. اگر با روحی هم گاها نامه نگاری میکنم، اینطوری نیست که

مدام خوابشونو ببینم و باهام حرف بزنن. شاید با روحم صحبت کنن اما در دنیای واقعی، هم‌صحبتم معمولا خونواده و دوستای اینترنتیم هستن.

وقتی کسی ناراحته و دوست داره باهام صحبت کنه، اگر واقعا بخوام بهش کمک کنم، سعی میکنم از این زاویه بهش نگاه کنم که هر کاری که کردی و هر اتفاقی که افتاده، فعلا بارشو از روی دوشت بردار و بدون که دوستت دارم.

سعی میکنم با حرفام بهشون انرژی و ایده بدم تا با فشار روانی‌شون برخورد منطقی‌تری داشته باشن و زیر بارش افول نکنن. سعی میکنم با حوصله گوش بدم و به این فرآیند گوش دادن، به چشم نوعی سرمایه‌گذاری نگاه کنم. سرمایه‌گذاری‌ای که کمک می‌کنه توی کار خودم به‌عنوان فردی که به روانشناسی و علوم فکری علاقه داره، تبدیل به فرد ماهرتر و با تجربه‌تری بشم و همچنین آدمای بیشتری رو بشناسم و

درک کنم. همچنین روی فرد مقابلم به‌عنوان فردی که در آینده تبدیل به نوعی دوست میشه هم کمابیش حساب میکنم.

.

.

.

ساعت ۱ و بیست دقیقه‌ی ظهره. ۶ روز از آخرین باری که سراغ این کتاب اومدم می‌گذره. این روزا هوا گرمه و برق هم زیاد قطع میشه و این ترکیب باعث شده تا روتین روزمره‌ام تغییر کنه.

توی این مدت، خوابای مختلفی مرتبط با سطح ۳۵ دیدم که به جای تعریف کردن‌شون، سعی میکنم چیزایی که ازشون یاد گرفتم رو مرور کنم.

سطح ۳۵ تکامل، احتمالا مرتبط با مفهوم عزت نفس و کشف الگوهایی هست که آدما سعی میکنن از طریقش این حس رو پرورش بدن.

این موضوع، تفاوت زیادی با عزت نفس به عنوان یه احساس داره که معمولا مرتبط با چاکرای شبکه ی خورشیدی تعریف میشه. مهارت‌های روانی‌ای که درجریان تکامل خودمون یاد می‌گیریم، همون تکه پازلی هستن که نبودش باعث میشه که بعضیا با نوعی عجز و ناامیدی از تمرینات مراقبه صحبت کنن و بگن که این کارا تاثیری روی بهبود کیفیت زندگی‌شون نداره.

درواقع "احساسات"، به‌خودی خود ماده‌ی بسیار خامی هستن و ما از طریق مهارت‌های روانیه که از اونا استفاده می‌کنیم. مهارت‌های روانی می‌تونن موجب تثبیت یه حس یا تبدیلش به فرم‌های دیگه‌ی احساس بشن. به‌طور مثال، احساساتی که درجریان نوشتن این کتاب تجربه میکنم، به‌نوبه‌ی خودش روی پیشبرد یا کند شدن روند اتمامش تاثیر داره. ممکنه جنس احساسی که شما درحین مطالعه‌اش تجربه

میکنید، بسیار متفاوت با حسی باشه که درحین نوشتنش دارم. من به کمک یه‌سری مهارت‌های ساده این کتاب رو می‌نویسم و شما هم از تکنیک‌های خاص خودتون برای دل دادن به خوندن یه کتاب استفاده میکنید.

عقیده دارم که مهارت‌های روانی، در ارتباط با مفهوم احساسات و سیستم چاکرا، مثل تاروپود عمل میکنن. این‌دو بدون همدیگه نمی‌تونن سبب رشد بشن.

ما افراد شرور زیادی رو می‌تونیم پیدا کنیم که با سیستم چاکرای خودشون کار میکنن و بعضا قدرتای خاصی هم دارن اما به‌لحاظ تکاملی، در سطح چندان دندون‌گیری نیستن و ممکنه بعد از قرن‌ها زندگی کردن، همچنان درحال درجا زدن یا تجربه‌ی عقبگرد تکاملی باشن.

این درمورد مفهوم سطوح تکاملی یا همین مهارت های روانی هم صدق میکنه. به‌طور مثال،

شما افراد زیادی رو می‌تونید پیدا کنید که می‌تونن به‌راحتی مفهوم این سطح رو درک کنن و به‌خوبی جامعه رو از این بابت، آنالیز کنن اما در عمل، لزوما سطح تکاملی‌شون به این مرحله نرسیده یا ممکنه در نوعی عقبگرد به سر ببرن. خوده من به‌عنوان نویسنده هم هنوز به این سطح نرسیدم. دلیلش اینه که این صرفا تئوری تکامله و عملی کردنش، نیازمند مسئولیت‌پذیری در قبال انجام کاری هست که می‌دونیم درسته.

لازمه که درقبال درس‌های مراحل قبلی تکامل هم همچنان آگاه و مسئولیت‌پذیر باشیم تا بتونیم با کمک مهارت‌های سطح ۳۵، دست به خلق ایده‌های جالب و مفید بزنیم.

اگر الگوی درون مفهوم مراحل قبلی بخواد تکرار بشه، سطح بعدی، یعنی ۳۶، ممکنه به موضوع افشای الگوهای ناسالم و سالم کسب عزت

نفس اختصاص داشته باشه. مراحل تکامل، خیلی روی موضوع زندگی جمعی تاکید دارن و این روند، به‌هیچ عنوان یه رفتار فردگرایانه نیست. یعنی شما درمورد به کار گرفتن این ایده‌ها درمقابل جامعه‌ای که در دسترس‌تون هست به چالش کشیده میشید.

مراحل تکامل، به ما تعلیم میده تا چجور به شکل امنی با جامعه تعامل برقرار کنیم و به رشدش کمک کنیم.

در مرحله‌ی کشف، ما می‌تونیم اطلاعات رو جمع آوری کنیم اما دیر یا زود، وقتی که به مرحله‌ی افشا برسیم، لازمه با جامعه کار کنیم و روش‌هایی رو برای در اشتراک گذاشتن دانش خودمون طراحی کنیم.

.

.

.

دیروز داشت کم‌کم خوابم میبرد که دیدم مشغول چک کردن مسنجرم هستم. توی اون لحظه متوجه نبودم که خوابم و فکر میکردم که همین مسنجری که در واقعیت ازش استفاده میکنم رو دارم بررسی میکنم. اونجا یه کانال رو دیدم که ظاهرا متعلق به خودم بود و توش حرفای عادی روزمره‌مو مینوشتم.

آدما می‌تونستن برای هر مطلبی که توی اون کانال میذارم کامنت بذارن. یهو چشمم به کامنت یه دختر جوون افتاد که گفته بود: ای‌کاش قبل رفتن، بیشتر می‌نوشتی.

این چیزی بود که باعث شد درک کنم در حال خواب دیدن هستن و این تصاویر، جزوی از زندگی زمینیم نیستن. چون در واقعیت، کسی درمورد نویسنده بودنم اطلاع خاصی نداره چه برسه به اینکه همچین خواننده‌ای داشته باشم.

شاید این خواب، صرفا ساخته‌ی ذهنم باشه اما بهم حس خوبی داد و تردیدی که درمورد ادامه دادن نوشتن این کتابا داشتم رو به‌نحوی کم کرد. درسته خیلی وقته می‌نویسم و همیشه همین روالش بوده که ذهنم تشویقم میکنه، اما اینو هم میدونم که به مرور زمان و بسته به نیازهای روانی، ممکنه ذهنمون ما رو به سمت انجام کارای دیگه‌ای سوق بده.

برای همینم هست که روی نوشتن این مدل کتابا، حساب بلند مدتی باز نمی‌کنم و ترجیح میدم نگاهم به خواب‌هایی باشه که می‌بینم. اونا بهم میگن که کجا برم و چیکار کنم تا بتونم رشد کنم.

اینکه پیام اون دختر رو دیدم، اونم در حالت خواب و بیداری، بهم این حسو داد که در حال دیدن یه پیغام واقعی هستم. برام عجیبه چون کتابام محتوای زننده‌ای دارن و انتظار ندارم که هنوزم کسی حاضر باشه اونا رو بخونه. حتی اگر

یه نفر هم مشتاق خوندنش باشه، نوعی انگیزه رو درونم ایجاد میکنه تا به نوشتن، ادامه بدم.

.

.

.

باید یه نامه‌ی جدید بنویسم

سلام آقای پارسا، امیدوارم که حالت خوب باشه

این روزا مشغول نوشتن کتاب جدیدی هستم که موضوعش با خوابی که دیشب با حضور تو دیدم همپوشانی داشت، برای همین بد ندیدم که نامه ی جدیدی برات بنویسم و این نامه رو تبدیل به بخشی از محتوای این کتاب کنم.

برای نوشتن این نامه، حسابی فکر کردم و تمام مدتی که توی دستشویی حضور داشتم، مرور و

سبک سنگینش کردم. که البته مدت زیادی به‌حساب میاد. شاید تا الان فهمیده باشی که روده‌ام دیگه زیاد خوب کار نمیکنه و معمولا روزی یه بار به مدت حدود ۴۵ دقیقه، تپه تپه می‌رینم و به برنامه‌های بعدیم فکر میکنم. زمونه‌ی بدی شده، حتی ریدن هم کار سختیه.

دلیلی نداشت که در مقابلم حس حقارت پیدا کنی و اینقدر با ترس و ناامنی، وارد رابطه با داف اعلایی بشی که توخالی بودن مغزش از چند کیلومتری واضحه.

گرچه من دافای فدراسیونو دوست دارم و اعتراف میکنم که فیزیک آقایون، درنظرم هرگز به خودی خود جذابیت جنسی خاصی نداشته. عمدتا از فیزیک مردا نفرت دارم و در بهترین حالت، برام نسبتا خنثی هستن. چیزی که درمورد مردا برام سکسیه، انرژی ذهنی‌شون هست و بوی

مردونه‌ای که ازشون استشمام میکنم، بهم کمک میکنه تا درمورد اینکه میخوام باهاشون جفت‌گیری کنم یا نه، تصمیم بگیرم.

اما زن‌ها به‌لحاظ فیزیکی برام جذابیت زیادی دارن. بخصوص زن‌های تپل و سفید رو خیلی دوست دارم اما همون ذهن توخالیشون هست که باعث میشه نخوام به جفت‌گیری با خیلی هاشون فکر کنم. حرف جنسیت زده‌ای نزدم. مردا هم خیلی‌هاشون ذهن توخالی‌ای دارن.

دیالوگی که سعی کردی به‌عنوان نقطه عطف اجراتون بگی و دیگران رو تحت تاثیر قرار بدی، دقیقا همون چیزی بود که لو داد تو هنوزم درگیر یه سری امیال جنسی بیمارگونه هستی که از تجاوز جنسی و تحقیر کردن زن‌ها کسب لذت میکنه و تو رو به نوعی عزت نفس میرسونه.

فکر نمیکنم این مشکلی باشه که طی یک سری تجارب فردگرایانه بهش دچار شده باشی چون الگوهای خاصی که در جریان ارضای میل تجاوزت نشون میدی، بین خیلی از متجاوزای جنسی هم‌نژادت هم وجود داره.

دنیای به شدت زرد شما، احتمالا درگیر نوعی حس خودکم‌بینیه که ازونجایی که درون فرهنگتون زندگی نکردم، ایده‌ای ندارم از چی داره آب میخوره.

چیزی که از زندگی خودت دیدم اینه که یه فرهنگ پدرسالارانه دارید که مادر، به شکلی فرمالیته تقدیس میشه. یعنی مادامی که کارشو به‌عنوان یه مادر، به‌درستی انجام بده، مورد تقدیس هم قرار میگیره. با این وجود، مادر

همون فردیه که اراده‌ی خاصی نداره و در عمل، احمق‌ترین و بی‌ارزش‌ترین فرد به حساب میاد.

البته اوضاع، برای پدر هم چندان بهتر نیست. هنوز یادم هست که چقدر خودتو بابت اینکه بیشتر کار نمیکنی و پول بیشتری در نمیاری، تحقیر میکردی و خودتو فرد تنبلی می‌دونستی.

شبا جای اینکه کالبد فیزیکی‌تو نوازش کنی و با انرژی خوب، بار سنگین زندگی روی این سیاره‌ی نفرین شده رو براش سبک کنی، با حرفات تحقیرش میکردی، و مثل یه مرد زودانزال خرس صفت، در کنارش می‌خوابیدی.

من از تو نخواستم که بیشتر کار کنی و بیشتر خرجم کنی و همیشه برنامه‌ی اینو داشتم که کمک خرج زندگی‌ای باشم که می‌خواستیم با هم شروع کنیم. اینکه چندین بار بهت گفتم که ضعیفی و نمیتونی منو همراهی کنی هم ربطی

به قدرت کار کردن و پول توی جیبت نداشت.
بحث قدرت روانیت بود.

نمی‌تونی با دشواری حین ماموریت‌ها و لحظات سختش هماهنگ بشی و همیشه اون تصویر شکوهمند و حماسی رو میخوای. لطفی درون طی کردن مسیر نمی‌بینی و خیلی ناشکرانه با فرصتی که برای رشد و پیشرفت داریم برخورد می‌کنی.

این جفت‌گیری احمقانه و رقت انگیزی که انجام دادی هم بوی تاثیرپذیری از جامعه‌ی خاله زنک و سطحی‌نگر مردم خونگرم ابعاد بالا و بخصوص فدراسیون زهوار دررفته رو میده.

بهت چی میگن؟ میگن فلانی با وجود گنده گوزی های زیاد، عرضه نداشت یه پری دریایی فسقلی رو نگه داره؟ میگن ارزش نداره با فلانی به ماموریت رفت چون یه بار زن خودشو فروخت و

بهش آسیب زد تا بتونه یه طلسم زپرتی رو از رمالای حقه‌باز بخره و پولدار شه؟

البته کارایی که انجام دادی چندش‌آور هست ولی اون جامعه‌ای که داری ازشون تا این حد تاثیر میپذیری، حتی از کارایی که انجام دادی هم کیری‌ترن.

از من یاد بگیر که اینقدر امثال تو و اون سبحان آبکون سعی کردید که وجهه‌مو خراب کنید ولی الان حتی خوده خدا هم ظاهرا بدش نمیاد که باهام صمیمی‌تر شه. هر روز متوجه میشم که خیلی بیشتر از اونی که فکرشو میکنم جذابیت اجتماعی دارم. گرچه برام مهم نیستن چون من سامحو رو دارم که حتی بیشتر از خدا دوستش دارم و بعد از جفت‌گیری با سامحو هست که

چشمام از شادی میدرخشه و شبیه موجود زنده‌ای شدم که میشه بهش عشق ورزید.

این پاییز که بیاد، میشه سه سال که من و سامحو با همیم. این یه رکورد در زمینه‌ی سازگاری من با یه موجود زنده به حساب میاد.

ذهنتو درگیر این نکن که من درموردت چه فکری میکنم چون حقیقتا درموردت فکر نمیکنم مگه اینکه مثل دیشب خوابتو ببینم و یادم بیاد که زمانی بهت فرصت دادم که مرد زندگیم باشی. من از دنیا، تو رو طلبکار نبودم؛ از دنیا یه مرد وفادار و پرمحبت رو طلبکار بودم که الان دارمش.

.

.

.

ساعت ۱۱ و پنجاه و هفت دقیقه‌ی صبحه و به‌تازگی از خواب بیدار شدم. تازه یادم اومد که چرا از ننوشتن این کتابا اینقدر لذت میبردم. نه که دیدن خوابای جدید، چیزی بهم یاد نده اما گاها منو یاد خاطراتی میندازه که حس خفت و حقارت زیادی رو درونم زنده میکنه و ازینکه تا فرصتشو داشتم، کون شما مادرجنده‌های فدراسیونی رو پاره نکردم خیلی ناراحت میشم.

کص‌خوار خودتون و تمدنای احمقانه‌تون که صد تا یکیتون واقعا شبیه اون چیزی که بهش وانمود میکنید نیستید و صرفا یاد گرفتید که صورتتون رو با سیلی سرخ نگه دارید. مثل سگ به من و امثال من حسادت میکنید و سنگ جلوی پام میندازید و در ظاهر وانمود میکنید که کیرتون هم نیستم. خاک عالم تو فرق سرتون که از اجدادتون فقط مادرجندگی رو به ارث بردید.

همین کتابام تک به تک تو سوراخ کونتون حروم زاده‌های لواطکار.

.

.

.

حالا که اعصاب کیریم آروم شده، خوابی که باعث شد کله‌ام کیری بشه رو تعریف میکنم.

دیشب خواب دیدم از مهمونی کسشعر خونوادگیمون رفتم بیرون تا قدم بزنم. بدم از شر و وراشون میومد و همه‌شونو یه مشت آدم ریاکار و خایه‌مال میدونستم و از وقت گذروندن در کنارشون چندشم میشد.

دوست داشتم می‌تونستم با امنیت، توی جاده‌ای راه برم که یک زمان، با دوستم و یه بارم

با خونواده‌ام رفتیم. اونجا خیلی سرسبز و دلباز بود و پوشش گیاهی اسرارآمیزی داشت که می‌تونستی درونش پنهان شی.

می‌دونستم که دارم خواب می‌بینم و سعی میکردم به خودم بگم که از چیزی نترس. اینجا دنیای خوابه و کسی نمی‌تونه به‌اندازه‌ی دنیای واقعی، خطرناک باشه.

توی راه، یه نفر تحقیرم کرد. از دستش عصبانی شدم. یادم نیست چی بهم گفت. صرفا یادمه یه مرد بالغ بود.

چند قدم که ازش گذشتم، یه سنگ از روی زمین برداشتم تا سمت یارو پرتابش کنم. سنگه معمولی بود ولی توان دستم یهو کم شد و به‌سختی بلندش کردم. نتونستم پرتابش کنم و تقریبا جلوی پام، روی زمین سقوط کرد.

اون لحظه ناراحت شدم، اما برام قابل درکه که این ویژگی خفت‌آوری نیست و برمیگرده به کیفیت انرژیم. می‌دونم که انرژی مثبتم سعی داره اینطوری ازم مراقبت کنه و وقتی سعی دارم کار بدی انجام بدم، کمی مهارم میکنه. این مایه‌ی عزته نه حقارت.

چشمم به خونه‌ی مالائیکا افتاد. اون کون دریده و زن جنده‌اش، درست توی خیابون ما زندگی میکنن. یه خونه‌ی کهنه و کسشعر قدیمی رو خریدن و دستی به سر و روش کشیدن و برای تولید مثل دست به کار شدن.

توی خوابم، نگاهی به اون اطراف انداختم اما خبری از هیچ کدوم‌شون نبود. درواقع خیلی کنجکاوم که کیفیت زندگیشون چجوریه و همیشه با همه‌ی وجودم آرزو میکنم که در رنج و

بدبختی زندگی کنن. کص خوار مسیح، محال ممکنه همچین خارکصه‌هایی رو ببخشم و براشون آرزوی بدبختی نکنم.

با یادآوری اینکه در دنیای خواب هستم، تصمیم گرفتم وارد خونه‌شون بشم و همه چیزو از نزدیک ببینم. این بار، نه بابت اینکه اشتیاقی برای دیدن مالائیکا داشتم بلکه برای اینکه مطمئن شم این حرومزاده‌هایی که اینقدر منو تحقیر میکنن، زندگی کسشعری دارن.

رفتم جلوی درشون و در زدم. جفتشون رو ملاقات کردم. مالائیکا طبق معمول، با دایره‌ی لغات نه چندان جالبش، شروع کرد به کسشعر گفتن، ولی اهمیتی ندادم و یه سره وارد خونه‌شون شدم و زنشو پیگیری کردم. اون

خوشش نمی‌اومد که سراغ زندگی خصوصی‌شون رفتم.

باهاش بحثم شد و زنه یهو در حین حرص خوردن، چیزیو گفت که تا امروز نمی‌دونستم. میگفت اگه تمکن مالی داشتم میومدم یه پولی به پدر مالائیکا میدادم تا بتونم انحصارشو برای خودم نگه دارم.

انگار که مثلا مالائیکا سنگ دستشوئیه و این زنه میخواد براش پول بده تا کسی غیر از خودش روی سنگه نرینه.

مالائیکا به‌عنوان بخشی از برادری تاریک، مثل یک کالا مورد استفاده قرار میگیره. البته درمورد دختره هم صدق میکنه. پسره هرچند مجبور شده با دختره عروسی کنه ولی لایسنس خیانت و چند همسریش خریداری نشده.

زنه هم دوست نداره کیر مالائیکا تو کون یکی دیگه بره و بعد کیر عنیش بیاد و تو کصش فرو بره که البته خواسته‌ی منطقی‌ای هم هست.

وقتی که دختره داشت این حرفا رو میزد، تونستم یه لحظه ذهنشو ببینم. اون مهارت خوبی توی پوشیده نگه داشتن افکارش داره اما اون لحظه فهمیدم که حسابی به زندگی من نگاه میکنه و به اینکه می‌تونم کار کنم و درآمد داشته باشم، بدجوری حسودیش میشه. اون نمی‌تونه شغلی به سادگی و خوش درآمدی من داشته باشه و فهمیدن این موضوع، قطعا مایه‌ی خوشحالیه.

با این وجود، بیشتر از اینا عصبانی بودم که با ضمیری آرام، این دو تا فاحشه رو ول کنم و برم.

یه خوراکی رو توی دهنم گذاشتم و حسابی جویدمش و بعد چهره‌مو به هم پیچوندم و دهنمو دو متر باز کردم تا حالشون از دیدنم به هم بخوره.

از خونه رفتم بیرون. مالائیکا تا جلوی در باهام اومد. کصخل فکر میکرد به‌خاطر اینکه هنوز خوشم ازش میاد تا اونجا اومدم. نگاهی بهش انداختم و وانمود کردم که حشریم کرده و دوست دارم لبشو بوس کنم ولی همینکه لبشو نزدیک آورد، مثل یه سگ کصکش و هار، لبشو گاز گرفتم. وقتی از خواب بیدار شدم، هنوز مزه‌ی خون رو احساس میکردم.

ازینکه می‌تونم اینقدر تخم جن به‌نظر برسم خیلی خوشحالم و اگه این اتفاق واقعیت داشته باشه، مطمئنم حسابی ریدم به اعصاب جفتشون.

با این وجود، وقتی از خواب بیدار شدم هنوزم عصبی بودم. چون حس حقارت داشتم. بدم میاد این نفله‌ها فکر میکنن خیلی زرنگن و تونستن منو احمق فرض کنن. چرا به چیزی که توی ذهن‌شون میگذره اعتراف نمیکنن؟ چرا اعتراف نمیکنن که به من حسودیشون میشه؟ این واقعا منو ناراحت میکنه که اینقدر ریاکار و بزدلن.

این خصلتو صرفا بین شما موجودات خونگرم ابعاد بالا دیدم. چون یادش گرفتید و مثل راهبه‌هایی هستید که کصشون همیشه داغه ولی روشون نمیشه کص بدن. از این فرهنگ‌تون چندشم میشه میفهمید؟ نگید چرا عصبانی میشی و توهین میکنی چون واقعا این قضیه از اسهال خونی هم چندش‌آورتره.

.

.

.

سلام شبتون بخیر باشه. ساعت ۱ نصف شبه و دمای هوا واقعا بهبود پیدا کرده و امروز بعد دو سه ماه تونستم به اتاق اسرارآمیزم برگردم و قطعا این مساویه با بیشتر فکر کردن و بیشتر نوشتن.

خوابای مختلفی دیدم اما مطمئن نیستم زمان خوبی برای تعریف کردن‌شون باشه. شاید بهتر باشه صرفا چیزایی که ازشون یاد گرفتمو بنویسم.

میدونی یکی از مشکلایی که اطرافیام باهام دارن اینه که ممکنه یکم مودی باشم. البته نه از اون

مودی هایی که یهو جنده میشه و کون بقیه میذاره بعد یهو تبدیل به مریم مقدس میشه، بلکه مثلا ممکنه ازم بپرسی چایی میخوری؟ و بگم نه، اما پنج دقیقه بعدش کل فلاکسو خالی کنم، یا مثلا بگم که نه محال ممکنه فلان کارو انجام بدم ولی یهو برم و مثل خری که بهش تیتاب دادن انجامش بدم.

این موضوع، توی ماموریتا خیلی به دردم میخوره. مثلا یه جوری میام جلو که فکر میکنی خیلی برام جذابیت جنسی داری و بدجوری خوشم ازت اومده و قراره جیگرتو بخورم ولی همین که کیرت برام راست میشه، یه خنجر درمیارم و کونتو پاره میکنم.

بعد با خودت میگی چجوری اینطور شد؟ من می‌تونستم ذهنشو بخونم و به نظر نمی اومد که بخواد خشونت به خرج بده. و واقعیت هم

همینه، تا اون لحظه که خنجرو در بیارم، واقعا قصد خشونت‌آمیزی نداشتم. برداشتت کاملا درست بود و بدجوری ازت خوشم اومده بود و دوست داشتم جیگرتو بخورم ولی قبل‌تر از اینم داشتم به پاره کردن کونت فکر میکنم و اون بیرون، یه قرار و مداری با گروهم و فرمانده‌ام بستم و قرار نیست که چون برام جذابیت جنسی داری یا جیگرت خیلی خوردنیه، کونتو پاره نکنم. بحث اینه که درمورد احساسات مختلفی که در آن واحد به ذهنم میاد، با خودم صادق هستم و اهمیت نمیدم که محیط و جامعه چه انتظاری ازم داره.

مثلا آدما ازت انتظار دارن که با یه لباس خوب بری بیرون، ولی من خوشم نمیاد که شلوار جین بپوشم یا کفش پام کنم؛ چون شاید اون بیرون، به نوعی عزت نفس فرمالیته برسم ولی شب که میرسم خونه، با پادرد و کوفتگی و عرق‌سوز

شدن تنها هستم و اون ظاهربینا و درودافا و پسرای ناناز توی جامعه نمیان پای بوکرده‌ی منو بدون چشمداشت خاصی ماساژ بدن.

برای همینم هست که اهمیت نمیدم مردم منو بابت لباسای شلخته‌ام یا تیپم که شبیه زنای قدیمیه که ۵ ۶ تا بچه زاییدن مسخره کنن. این مدل حقارت کشیدنا، انرژیمو خراب نمیکنه و اتفاقا وقتی از بیرون به این مدل تصمیماتم نگاه میکنم، به این نتیجه میرسم که خیلی با خودم حال میکنم و حتی گاهی رو خودم حشری میشم.

.

.

.

ساعت ۱ و نیم بعد از نصف شبه و مشتاق هستم که نامه‌ای بنویسم.

برای عموی سامانتا

سلام پسر جوان، امیدوارم که حالت خوب باشه. میدونی که مجبور نیستی وقتی سرت شلوغه نامه‌های منو بخونی و هرگز هم ملزم نیستی که چیزی در جوابم بنویسی یا حتی انرژی خاصی بفرستی. صرف اینکه وجود داری و تبدیل به آیینه‌ای میشی که آدم قامت خودشو به واسطه‌ی گفت‌گوی باهاش مورد بازنگری قرار بده، بی‌اندازه ارزشمنده.

نسبت به گذشته، خیلی کمتر می‌نویسم، چه برسه که این نوشتن، در قالب نامه‌نگاری باشه. گرچه با سامحو زیاد صحبت میکنم اما لزوما ماجراجویی ذهنی خاصی هم برای اشتراک گذاشتن با شوهرم ندارم، چراکه از آسمون‌ها رو برگردوندم و از زندگیم نهایت لذت رو می‌برم. بیماری‌های جسمیم دیگه تا حد زیادی مهار شدن و امنیت خاطر بیشتری از بابت بقیه‌ی مسائل دارم. برای همینم فکر میکنم وقت

خوبیه که بیشتر یاد بگیرم و توی علوم مورد علاقه‌ام جست‌وجو کنم و سعی کنم ابزارای فکری جدیدی بسازم. البته منظورم این نیست که یه چیزی بسازم که تا حالا کسی مثلشو نساخته. یه چیزیو میسازم که تا حالا قادر به ساختنش نبودم.

اگر کاری پیش اومد و فکر کردی که می‌تونم کمکی انجام بدم، خوشحال میشم که بهم خبر بدی.

خوشحال میشی که آدمی از روی زمین باهات صحبت میکنه؟ امیدوار میشی که شاید واقعا این مدل دوستی‌ها و رفاقتا بیشتر و قوی‌تر بشه یا مثلا کمتر احساس تنهایی کنی درمورد اینکه چه نسل‌هایی رو پشت سر گذاشتی و تبدیل به

چه نوع موجودی شدی که نمونه‌های مشابهش در اقلیت هستن.

زنده بودن، قلب بزرگی میخواد؛ مخصوصا هر بار که بیشتر متوجه چیستی خودت میشی. ای کاش هنوز هم بتونی قلبتو بزرگ و بزرگتر کنی و موندنی‌تر بشی چون امیددارم که نه‌تنها خودم تبدیل به رفیق تنهائیات بشم بلکه یه عالمه دوستای هم قد و قواره‌ی خودت هم پیدا بشن.

.

.

.

برای چش‌قشنگه

سلام امیدوارم حالت خوب باشه. ساعت ۳ و نیم نصف شبه و الان حتی سگای محلمه‌مون هم خوابیدن و منم همین قصدو داشتم اما

همینطور که داشتم توی ذهنم حرفای مختلف و ایده‌های مختلف رو مرور میکردم، حس کردم تو و یکی دیگه از دوستانم احتمالا یه مقدار دلمشغولی دارید و منم بدم نمی‌اومد که به این بهونه بیدار شم و یکی دو تا نامه بنویسم.

حالا درسته که توی سیاره‌ی زمین زندگی میکنم اما دلیل نمیشه که نتونی به‌عنوان یه مشاوری، روانشناسی، یا هممصحبت معمولی‌ای روی من حساب باز کنی. خیلی وقت از اون زمانا گذشته که تازه به عنوان یه بشر زمینی باهات آشنا شدم و هنوز هم خیلی از حرفاتو یادمه. نه فقط حرفای تو.

از خیلی‌هاشون چیز مستندی ثبت کردم و همون روزها، بارها و بارها مرورشون کردم. روزای خیلی بدی رو می‌گذروندم و آدم بیچاره و ضعیفی بودم اما معاشرت با امثال تو، شیرینی زندگیم بود.

تو بچه پلیدینی خودشیفته احتمالا خوشت نمیاد که به روی خودت بیاری اما وقتی آدم به‌لحاظ روانی کم‌میاره و مجبور میشه از کارهایی که یک زمانی براش عادی بودن عقب‌نشینی کنه، احتمالا یه چیزی داره آزارش میده. و واقعا ناراحت میشم که ذهن درخشانت رو بخوای به انزوا بکشونی و تنهایی، رنجایی رو بکشی که میشه درموردش صحبت کرد.

اینکه به عنوان یه پلیدینی، درمورد تاریک نشدن هاله‌ات مسئولیت‌پذیری نشون بدی و سعی کنی با کمک مشاوره و تعامل با آدمای باتجربه و درست و حسابی‌ای مثل من □^_^□ مشکلت رو حل کنی واقعا خدمت بزرگی به موجودات این دنیا میتونه باشه چون شما پلیدینی‌ها توی تاریکی و انزوا، تبدیل به نمونه‌های واقعا خارج از کنترلی میشید و نبوغتون، ایده‌های به غایت منزجر کننده‌ای رو به جهانیان عرضه میکنه. فکر کن همین الانش

چقدر این خودشیفته بودنت میره رو مخ؟ حالا بخوای بری بچه‌ی تاریکی هم بشی که دیگه هیچی.

قربون چشم‌های تروتازه و جوونت بشم که شبیه موجوداتیه که تقریبا ۳ قرن از این دنیا رو دیدن. هرچند که قلبت رو شبیه خورشید بالای سرت نگه میداری ولی ضعف یا ناامیدی درون خودت رو تصویری از سرنوشت این دنیا ندون. تو روزهای بد منو دیدی و حالا هم روزای خوبم رو میبینی و اگر ناراحتی‌ای هرچقدر هم سنگین به زندگیت اومد، منتظر رفتنش بمون و باور نکن که تاریکی قدرتشو داره که تبدیل به حقیقت مطلق این دنیا بشه.

همونطور که شادی و لبخند، همیشه مبنای سالم و توجیه شده‌ای نداره، لزومی نداره از ناراحتی و اندوه هم ترسید. به خودت حق بده که با دیدن تاریکی و چیزهای بد و نابهنجار، نوعی ناراحتی رو تجربه کنی. واضح دیدن چنین

احساساتی، فکر نمیکنم که واقعا باعث بشه که تبدیل به موجود نزول یافته‌تری بشی بلکه ممکنه بتونه کمک کنه تا ایده‌های بهتری به ذهنت بیان و مستقیما سراغ چیزی بری که بهتره باهاش کار کرد یا شاهرگ نابهنجاری‌ای که پیش اومده رو پیدا کنی و مستقیما بری سراغش.

به هر ترتیب، پرحرفی نمیکنم و امیدوارم که روزگار خوشی رو بگذرونی. شبتم بخیر باشه.

.

.

.

برای صادق هدایت

سلام پسرم امیدوارم که حالت خوب باشه. شوهرم به‌نظر نمیاد که زیاد از مکالمه‌ام با افرادی که سابقا بهشون پیشنهاد ازدواج دادم خوشش بیاد اما به طور ناگهانی حس کردم که

هاله‌ات رو دیدم و با توجه به اینکه آدم باحالی هستی و نگران بگا رفتن سلامت روانیت هستم، ترجیح میدم که مرتبا احوالاتت رو جویا بشم و درصورت نیاز، ذهنتو کنترل کنم و شست‌وشوی مغزیت بدم.

امیدوارم که این لکه‌های تیره‌ای که درون هاله ات می‌بینم ناشی از خطای دید باشه چون اگه واقعی باشن، واقعا نمی‌تونیم به همکاری‌مون ادامه بدیم و مجبورم که ماموریتای جاسوسی‌ای که بهت سپردم رو کنسل کنم و بابت سرمایه‌هایی که هدر دادی هم ازت غرامت بگیرم. چون واقعا برای من مهمه که با آدمایی کار کنم که در مقابل وظایف‌شون مسئولیت پذیر هستن.

فارغ از کسشعر، این روزا دارم درمورد سطح ۳۵ تکامل فکر میکنم و می‌نویسم و یه درس جدیدی که از این سطح گرفتم، منو یاد تو و

بگایی‌هایی که همیشه درحال تحمل کردن‌شون هستی انداخت.

می‌دونی چیزی که از خوابام فهمیدم به این صورته که: ما گاهی سعی میکنم تا با کمک کردن به بقیه، فداکاری یا انواعی از سرمایه‌گذاری، کاری کنیم که اونا به ما حس مثبتی بدن که باعث میشه حس عزت نفس بیشتری پیدا کنیم.

اینکه دوست داشته باشیم حس عزت‌نفس رو به بهونه‌های مختلفی بیشتر تجربه کنیم هم به‌خودی‌خود بد نیست اما یه سری الگوهای نسبتا رایج هست که درواقع ناسالم به‌حساب میان و تن دادن بهشون می‌تونه وقت و انرژی آدم رو هدر بده.

توی این خوابی که دیدم، روش تشخیص بخشی از این الگوهای نابهنجار کسب عزت‌نفس هم مشخص بود. میشه با این سوال به تشخیص

رسید: آیا این کاری که می‌خوام برای بقیه انجام بدم، مفیدترین کاری هست که می‌تونم با صرف این اندازه از سرمایه، وقت یا انرژیم به انجام برسونم؟ یا فقط انجامش میدم چون ازم انتظار میره یا خوشحال میشن که انجامش میدم؟

آدما ممکنه خواسته‌هاشون خیلی مثل همدیگه باشه. درآن‌واحد، هم من دوست دارم جواهرات داشته باشم و هم خواهرم. بحث اینه که آیا اون هم به‌اندازه‌ی من حاضره برای رسیدن به این خواسته‌ی به‌ظاهر مشابه، تلاش کنه؟

آدما به‌کرار از خواسته‌ها و توقعات مختلف‌شون حرف می‌زنن ولی وقتی به اولویت‌هاشون نگاه کنی، میبینی اونقدرا هم به اون چیزایی که ازش حرف میزنن نمی‌پردازن و انرژی‌شون رو برای رسیدن بهشون سرمایه‌گذاری نمی‌کنن.

دختره میگه من دوست دارم که فلان دانشگاه قبول شم یا سیس شاغل بودنم فلان و بیسار

باشه ولی وقت و انرژی‌شو می‌ذاره برای بزرگ کردن می‌می‌هاش یا میره کونشو پاره میکنه تا بتونه یه لباس و آرایش خفنو توی عروسی ارائه بده. بعد که ۴ ماه بعد عروسیش هم حامله شد میگه آره من آرزو داشتم که برم دانشگاه و اصلا نمی‌دونم چیشد که عروسی کردم. د آخه کصکش...

واقعا کله‌ام کیری میشه که آدمی بابت چیزی که میخواد چندان زحمت نمی‌کشه و بعد انتظار داره که یکی دیگه از راه برسه و براش قدمی برداره. مثلا یاروها میان بچه‌ها رو مجبور میکنن که زود شوهر کنن یا برن کارگر شن ولی معلوم نیست چرا توقع دارن که یه مهندس یا دکتر و سیاست‌مدار درست و حسابی بالای سرشون باشه و به وضع جامعه‌شون برسه. د آخه کصکشا می‌خواید صاحبای جامعه‌تون از تو کص خر دربیان؟

دیگه واقعا خستمه و باید برم. لطفا بیشتر مراقب خودت باش و اینقدر دلمشغولی‌های جدید رو برای امثال بنده درست نکن. اگه هم کسی اعصابتو خورد کرده زبونتو باز کن و برین بهشون. من و تو درسته که زور بازوی چندان چشم‌گیری نداریم ولی در استفاده از کلمات، پتانسیلای کون جنیفر لوپزو داریم.

.

.

.

برای دوستای سابق لمورم

سلام وقتتون بخیر باشه. مدت زیادی از آخرین باری که براتون نامه نوشتم می‌گذره. درست یادم نمیاد کی بود. فکر میکنم همون سری بود که میخواستم تهدیدتون کنم و به‌روتون بیارم که متوجه شدم بعضی‌هاتون دارید با یه یاروی

هاله قرمزی ساخت و پاخت می‌کنید و تو فکر کصکلک بازی هستید.

این سری یادتون افتادم چون اتفاقی افتاده که به‌شکل نسبتا پر واسطه‌ای منو یاد خاطراتی که با شما داشتم انداخت. قضیه از این قراره که من یه سیم کارت داشتم که به اسم پدرم بود و اخیرا سیم کارتو برداشته برای خودش که البته با این موضوع مشکلی نداشتم چون از سیمه استفاده نمی‌کردم.

اون همون سیم کارتی بود که باهاش کرور کرور به دوست جون جونیتون سبحان فحش دادم و راستشو بخواید برخلاف چیزی که بهش تظاهر میکرد، خیلی از این کارم رنج می‌کشید. هنوزم میدونم گاها بهش فکر میکنه و گاهی درنهایت، نوعی حس حقارت بهش دست میده؛ که واقع‌بینانه است و مطلقا تاثیر پذیرفته از فحشایی که بهش دادم نیست. سبحان میدونه بی‌خاصیت و ناامید کننده است. میدونه که

شکست خورده و زندگی فعلیش چیزی جز یه ریدمان سریالی نیست. میدونه که کص نابی مثل منو از دست داده و می‌دونه که محال ممکن هم هست که بتونه کینه‌شو از دلم پاک کنه چه برسه به اینکه بتونه دوستی‌ای که با من داشت رو تجدید کنه.

هرچند که آرکتورین‌ها هم درنظرم فرهنگ مزخرفی دارن اما سبحان رو تفاله‌ی فرهنگ شما لمورین ها می‌دونم و درنظرم با شما اشتراکات بیشتری داره.

یه بار یه مردی رو دیدم که توی توییتر، چیزی رو نوشت که می‌دونست خیلی تلخ و گزنده است و باعث میشه که پیغامای پر از نفرت زیادی هم از طرف طیفای مختلف مردم دریافت کنه. اون گفت که چرا اصلا باید اجازه بدم دختری توی خونه‌ام بمونه که قرار نیست باهام سکس کنه؟

یه طعنه‌ای زد به جو نسبتا روشنفکرانه‌ای که ایجاد شده و نسلی که کمابیش یاد گرفتن همدیگه رو چیزی بیش از ابزار جنسی ببینن و کمی از تعامل با همدیگه لذت ببرن.

نه که این پسره در تعامل برقرار کردن با دیگران عقیم بود. اتفاقا پتانسیل خوبی هم داشت. صرفا با این حرفش طعنه زد به کسایی که ازش می‌کشن و براش نه‌تنها سودی ندارن بلکه صرفا مایه‌ی دردسرن. از عمد آدما رو تا حد ابزار جنسی تنزل داد تا بگه که چقدر آدما در نظرش حقیر هستن.

شاید درظاهر اینطور به نظر بیاد که صرفا دخترا رو تحقیر کرده ولی آدمای جنسیت زده اگر به همجنس خودشون توهین نمی‌کنن لزوما بابت این نیست که چیزی درون همجنساشون می‌بینن که قابل تحسینه؛ بیشتر بابت اینه که ریدن به همجنساشون، ریدن به خودشون تلقی میشه.

کسی که نمیتونه دلیلی برای ارزش دادن به جنس مخالفش پیدا کنه، در ارزش دادن به انسانیت عقیمه.

گردنم درد میکنه و نمی‌تونم زیاد به تایپ کردن ادامه بدم. صرفا خواستم بگم که من راه و رسم رفاقت رو بلدم و اتفاقا الان باتوجه به وضعیت روحی و روانیم، می‌تونم دوست خیلی بهتری نسبت به گذشته باشم اما قرار نیست که برای هیچ کدوم از شماها مصرفش کنم. اخیرا حس می‌کنم یکی از شماها رو توی زندگی واقعیم دارم می‌بینم. شاید هم جزوی از شما نباشه، صرفا میدونم که باهاش گذشته‌ی مشترک دارم و اتفاقا آدم قدرشناسیه اما مثل شماها ضعیف و ناامید کننده است و جهان‌بینیش واقعا رقت‌انگیزه. براش هم‌صحبت خوبی هستم اتفاقا، ولی ذره‌ای تلاش نمی‌کنم تا بهش کمک کنم تا درکی نسبت به مسائل متافیزیکی پیدا کنه. گرچه فکر نکنم هم نیازی باشه اما حتی اگر

نیاز باشه هم این کارو سعی میکنم که انجام ندم. چرا باید به کسایی کمک کنم که عرضه شو نداشتن که یه شوهر خوب به من بدن؟ چرا باید انرژیمو مثل یه معلم خصوصی، برای کسایی بذارم که همیشه منو به چشم یه احمق دیدن و عارشون اومده که شوهرم بشن؟ یا اگر هم شوهرم شدن، عرضه شو نداشتن که وفاداری خودشون رو حفظ کنن و کنارم بمونن؟

قبلا تنهایی خودمو از خدا طلبکار بودم اما الان درک می‌کنم که این مشکل از خدا نیست که مجبور شدم این همه سال تنهایی بکشم و خیانت یه مشت جک و جنده مثل سبحان شما رو تحمل کنم. مشکل این بود که بین موجودات اشتباهی دنبال جفت بودم. شما رو به شکل افراطی و بیش از حدی تحسین می‌کردم و آینده‌ی خودمو در کنار شما می‌دیدم ولی به‌نظرم دنیا به‌گارفته‌تر از اونه که حتی کلفت‌ترین تمدناش هم ادعایی داشته باشن و بشه

تحسین‌شون کرد. همه‌ی این تمدنایی که می‌بینم در حال متلاشی شدن هستن، صرفا ریتم متلاشی شدن‌شون فرق داره. جایی که آدماش با خساست عشق می‌ورزن، دیر یا زود نابود میشه.

عشق مثل پول و غذا نیست که با بخشیدن کم بشه. حس نمی‌کنم که عمرم توی روابط عاشقانه‌ام هدر رفته باشه و اتفاقا همین راحت عشق ورزیدنم رو باعث طول عمر و رسیدنم به چیزایی می‌دونم که حتی شما پفیوضا هم دارید بهش حسودی میکنید.

حرفم همین بود و امیدوارم که شنیدن این حرفا باعث ناراحتی‌تون بشه و بتونم ناراحتی‌تون رو به چشم ببینم.

.

.

.

ساعت ۱ و چهل دقیقه‌ی نصف شبه و روزگار خوشی رو با سامحو، داروهای افسردگی و اضطراب، کبدی که کمابیش سلامتی خودشو به‌دست آورده، فیلم و سریال و خمیر گلسازی می‌گذرونم. هم‌اکنون هم مشتاقم که بریم سراغ بررسی سطح ۳۶ تکامل.

سطح ۳۶

این دومین روزی بود که شب قبلش، با نیت اینکه درس جدیدی درمورد سطح ۳۶ تکامل یاد بگیرم به خواب رفتم. تا خوابمو روی کاغذ بررسی نکنم هم نمی‌تونم نظر چندان مصمم و صریحی درمورد مفهوم این سطح داشته باشم.

در دنیای خواب می‌دیدم که فرد تنهایی هستم و بالاخره شانسشو پیدا کردم تا با بازیگر مورد

علاقه ام جفت‌گیری کنم. اون ۵ سال رو با یه دختر دیگه که هم اسم من بود گذروند و درنهایت، جدا شدن.

جدایی‌شون اتفاق تاسف‌باری به‌نظر می‌رسید چراکه اون‌دو به‌سبب سرشناسی اجتماعی، مورد توجه و الهام دیگران قرار می‌گرفتن. همه‌جا با هم میرفتن و جلوی دیگران، همدیگه رو می‌بوسیدن.

توی خوابم می‌دونستم که این یارو رو خیلی وقته دوست دارم. حتی قبل این رابطه‌ی ۵ ساله‌اش. وقتی هم که فهمیدم با این دختره جفت‌گیری کرده خیلی ناراحت شدم و جدایی‌شون خوشحالم کرد.

اما پسره بعد از گذشت ۵ سال، دیگه اون آدمی نبود که من می‌شناختم. می‌تونستم حس کنم که هنوز درگیر رابطه‌ی قبلیشه و با نوعی کینه از اون زن جدا شده. دلیلشو نمی‌دونستم و اون دو هم لو نمی‌دادن که بین‌شون چه اتفاقی افتاده و چرا جدا شدن.

اون مرد، برای من به‌اندازه‌ی جفت قبلیش ارزش قائل نبود. شاید بخشیش به این برمی‌گشت که دیدش نسبت به جفت‌گیری با زن‌ها خراب شده، یا شاید من آدم معروفی نبودم یا شایدم قضیه برمی‌گشت به اینکه از من چندان خوشش نمی‌اومد.

جفت سابقش اومد پیشش و اون دو به‌طور خصوصی با هم صحبت می‌کردن. صرفا از دور تماشاشون میکردم. حرفاشون رو نمی‌شنیدم اما

رفتارشون این حسو میداد که زنه هنوز دوستش داره و می‌خواد به رابطه برگرده و مرده ردش می‌کنه و ازش ناراحته.

از این پنهان کاری‌هاشون خوشم نمی‌اومد و حق خودم می‌دونستم که وقتی کسی باهام وارد رابطه میشه برام ارزش قائل باشه و گوه‌کاری روابط سابقشو بهونه‌ای برای عن‌مالی کردن عزت نفس من نکنه.

برای همینم تصمیم گرفتم درموردشون افشاگری کنم و حدس و گمان پخش کنم. فیلم و عکس و صوت ازشون تهیه و منتشر کنم و مجبورشون کنم همونطور که لاس‌های قهرمانانه‌شون رو علنی انجام میدادن، توضیح بدن که چرا جدا شدن و چرا رابطه‌ای چنین پرشور و سکسی، اینقدر بی‌سروصدا تموم شده.

شک داشتم این کاری که می‌خوام انجام بدم خوبه یا بد ولی درمورد اینکه نیاز دارم عزت‌نفسم حفظ بشه و با حقارت از این رابطه بیرون نیام مطمئن بودم. عقیده داشتم این حقمه که بهم احترام گذاشته بشه و نمی‌ذاشتم این پسره‌ی کون نشسته که فکر میکنه شاه‌کص دو عالمه، منو بابت ظاهرم یا نداشتن شهرت، تبدیل به تپه‌ی نریده کنه.

من اونو بابت خودش دوست داشتم. بابت اینکه فکر می‌کردم آدم خاکی‌خلی و وفاداریه، ولی این مرد عنی که بهش تبدیل شده بود، نشون میداد که کلی حرفای نگفته داره.

این بخشی که تصمیم گرفتم درمورد یارو افشاگری کنم رو مرتبط با سطح ۳۶ می‌دونم و فکر کنم حدسم درمورد مفهوم این سطح،

درست بوده باشه، اما ترجیح میدم که چند تا خواب دیگه هم ببینم و بررسی‌شون کنم.

.

.

.

ساعت ۱۲ و بیست و هشت دقیقه‌ی شبه. بد اسهالم و اگر حواسم نباشه ممکنه تو خودم برینم. اتفاقات عجیبی درحال اتفاق افتادنه که راغبم کرد به سراغ نوشتن بیام.

بعد مدتی آرامش و ثبات و لاس زدن، انرژی، دچار تغییر شده. سامحو رفته ماموریت و می‌تونم ناامنی رو احساس کنم. عدد ۴۷۴۷ رو در موقعیت‌های عجیبی، چندین‌بار دیدم و کیفیت خوابام هم کمابیش داره تغییر میکنه. عدده معمولا توی موقعیتای مرتبط با سکوریتی و تکنولوژی ظاهر میشه.

دیشب خواب دیدم که میخوام یدونه خرما بخورم. خرماهامون درواقعیت، به‌تازگی رسیدن و بدجوری خوش‌طعم‌ن.

معمولا نیازی نیست درون خرماها رو چک کنید، بخصوص خرمای تازه رو. اونا میوه‌های تمیزی هستن. توی خوابم، یه گاز به خرماعه زدم اما گاز عمیقی نبود. یه تیکه‌شو جدا کردم چون قصد داشتم اول هسته شو جدا کنم و بعد کامل بخورم‌ش ولی چشمم به چیزی افتاد که حالمو به‌هم زد.

توی خرماعه به جای هسته، یه کرم خیلی دراز و پیچ درپیچ کرمی رنگ و چندش داشت وول میخورد. خوشبختانه دندونم بهش نخورده بود و توی دهنم نرفت.

چیزی که نگرانم کرد این بود که خیلی بعیده یه خرما به‌خودی‌خود دچار همچین کرم گنده‌ای بشه و حس کردم به‌طور عمدی جاساز شده.

بعدش از خواب بیدار شدم و می‌دونستم این ازون خوابایی هست که سعی داره درمورد موضوعی بهم هشدار تندی بده.

خوراکی رو به خوراکی‌های ذهنی و روانی تعبیر میکنم. به طور مثال، خوندن این کتاب، داره نوعی خوراک رو به ذهن شما می‌رسونه. همونطور که خوراکی‌های فیزیکی، کیفیت‌های بسیار متنوعی دارن، خوراکی‌های روانی، می‌تونن به‌مراتب، کیفیت‌های متنوع‌تری داشته باشن. معمولا همون “انتقاد” هست که کمک میکنه سلامت روانی‌مون رو درمقابل محتواهای ناسالم

یا عجیب‌وغریب حفظ کنیم یا راه‌هایی برای بهینه‌تر مصرف کردن‌شون طراحی کنیم.

خوشبختانه این روزا چندان خوراکی ذهنی خاصی مصرف نمی‌کنم و کم‌کم فکر می‌کنم بتونم حدس بزنم که این خواب داره درمورد چه چیزی هشدار میده.

الان ۱۶ سپتامبره. اگه اشتباه نکنم ۱۳ سپتامبر بود که کتاب نوح هراری به بیرون پرتاب شد. خیلی هم زود نسخه‌ی الکترونیکیش رو دم دستم دیدم و سعی کردم که مطالعه‌اش کنم.

الان نهایتا ۲۰ صفحه‌شو خوندم اما کتاب پر و پیمونی هست و هنوز محتوای اصلیش مونده. تا اینجا چیز خاصی نگفته. محتوای جدیدی هم نمی‌بینم ولی با توجه به موضع‌گیری‌ها و

رفتارایی که نوح هراری در دنیای واقعی از خودش نشون میده، تعجب نمیکنم اگر درادامه به محتوای بوداری برسم.

حس می‌کنم خوابم می‌خواست هشدار بده که هرچقدر هم چیزی وجهه‌ی خوبی داره و پیشت اعتبار داره، مراقب محتواش باش و با احتیاط مصرفش کن. ببین درونش چیه.

من نوح هراری رو خیلی دوست دارم ولی این سبک زندگی‌ای که درپیش گرفته رو تحسین نمیکنم. شاید بگید که من چه گوزی هستم و اون استاد دانشگاهه و کتاباش خیلی کلفت و معروفن، و من صرفا یه خاورمیانه‌ای کون‌نشورم اما حقیقت اینه که ناشناس نوشتن و منتشر کردن کتابام توی تلگرام رو خیلی شرافتمندانه‌تر از این می‌دونم که برم زیر سایه‌ی حکومتا و

آکادمی‌هایی کتاب بنویسم که ذره‌ای برای آدما ارزش قائل نیستن و هر روز دارن از علم، بر علیه انسان‌ها استفاده می‌کنن. استادا و چهره‌های سرشناسی که نیروی کار خودشون رو اختیار سیستم‌های فاسد قرار میدن ولی در مقابل سواستفاده‌ای که ازشون میشه منفعلن.

تعجب نمی‌کنم که بسیاری از این افراد مشکلات جنسی دارن و توی اواسط میانسالی، دیگه ماهی یه‌بار هم شق نمی‌کنن. منم اگر می‌ذاشتم توی عزت‌نفس و شرافتم شاشیده بشه دیگه نمی‌تونستم خودمو لایق لذت جنسی درنظر بگیرم.

سابقا درمورد نوح هراری و اینکه چرا با سبک زندگیش حال نمی‌کنم نوشته بودم اما باتوجه

به موقعیت پیش اومده، ظاهرا وقت مناسبی بود که دوباره هم درموردش بنویسم.

.

.

.

فکر کنم این آخرین خوابیه که در جریان تحریر این کتاب بررسی میکنم.

چند روز پیش، در حالی که امید داشتم خواب جدیدی درمورد سطح ۳۶ تکامل ببینم، خواب دیدم که موهامو بعد از مدت قابل ملاحظه‌ای کوتاه کردم. در دنیای واقعی، از زمانی که با سامحو وارد رابطه‌ی رمانتیک شدم، دیگه موهامو کوتاه نکردم و این برای من یه کار نمادینه. مثل حلقه انداختن یا کارای نمادین دیگه‌ای که آدم به‌خاطر دوست داشتن یه نفر دیگه به زندگی روزمره‌اش اضافه میکنه.

در دنیای خواب، لحظه‌ای به خودم اومدم که موهای کوتاهم رو تماشا می‌کردم. می‌دونستم که این مدل موی کوتاه هم بد نیست و بهم میاد و حس سبکی خاص خودشو داره ولی از اینکه این کار نمادینو خراب کرده بودم حس بدی داشتم.

من با این حلقه، با این پلاک اسمی که به گردنم هست یا با بلند کردن موهام، نمی‌تونم چیزی رو به سامحو ثابت کنم و درواقع خوده اخلاق و رفتار و کیفیت برخوردم هست که ثابت میکنه چقدر دوستش دارم. کاری که دوست دارم با استفاده از این نمادها انجام بدم اینه که به دیگران نشون بدم که درون یه رابطه ی رمانتیک هستم و قرار نیست که باهاشون لاس بزنم، و به اینکه می‌تونم به یه نفر وفادار باشم افتخار میکنم.

من واقعا خوشحالم که یه نفر دوستم داره و از وقتی که توی این رابطه هستم حس

اعتمادبه‌نفس خیلی بیشتری دارم. می‌تونم درک کنم که کیا داشتن تحقیرم می‌کردن و برخلاف توانایی‌هایی که داشتن، چقدر حقارت‌آمیز با من برخورد می‌کردن. معلومه که وقتی توی چنین رابطه‌ی خوبی قرار بگیرم حس عزت نفسم افزایش پیدا می‌کنه و روی کیفیت روابط اجتماعیم و زندگی جمعیم هم تاثیر میذاره.

فرهنگا و آدمای زیادی رو دیدم که افراد رمانتیک و عاشق‌پیشه رو تحقیر می‌کنن و رمانتیک بودن رو تصویری از ضعف می‌دونن اما به‌عنوان یه فردی که شاید بعضی جاها مقداری سرشناسی اجتماعی داشته باشه یا بعضیا فکر کنن که فرد قدرتمند و خوشبختیه، بدم نمیاد که به این باورای احمقانه کمی طعنه بزنم و بگم که به‌عنوان یه فرد رمانتیک، نه‌تنها فرد بیچاره ای نیستم بلکه زندگی عزت‌مندانه‌ای دارم.

اگر یه فرد عاشق‌پیشه به‌خاطر احساساتی که داره، مجبور میشه خفت و حقارت رو تحمل کنه،

لزوما بابت این نیست که عشق ورزیدن، کار حماقت‌آمیز و فاسدیه بلکه شاید صرفا تصویری از احمق بودن آدماست.

فکر میکنم که این خواب، سعی داشت این وجه از مهارت‌های سطح ۳۶ تکامل رو توضیح بده و بگه که توی جامعه، باورای ضد و نقیضی درمورد الگوهای سالم و ناسالم رسیدن به عزت‌نفس وجود داره. همیشه اینطور نیست که یه روش ناسالم رسیدن به عزت نفس، تبلیغ بشه و سعی کنن توجیهش کنن؛ بلکه گاها، روشای سالمی برای رسیدن به عزت‌نفس وجود داره که به بهانه‌های مختلفی، تحقیر و نفی میشه.

این شیوه‌ی عشق ورزیدنم و صادق بودنم درمورد چیزی که از زندگی می‌خوام رو مثل توری میدونم که از سقوط‌های مرگباری نجاتم داده. آدمایی که عشق درون خودشون رو سرکوب میکنن یا معشوق خودشون رو مورد آزارواذیت قرار میدن و از خودشون می‌رونن، گرسنگی

روحی‌شون رو معمولا با روش‌های بیمارگونه‌ای برطرف می‌کنن. دوستی و جفت‌گیری با همچین موجوداتی همیشه عذاب‌آور و فرسایشیه و قضاوت‌هاشون، با فیلتری از سطحی‌نگری و ترسای بیمارگونه صورت می‌گیره.

اونا کم‌کم بسیاری از رنج‌ها رو شکل عادی زندگی‌شون در نظر می‌گیرن و فکر میکنن که این رنجا اجتناب‌ناپذیر هستن. اگر من می‌تونم از ازدواج با یه موجود کارمندصفت که بردگی یه اداره‌ی ضد انسانی رو میکنه اجتناب کنم و مشغول شستن کون بچه‌هایی نشم که از همچین پدر به‌درد نخوری حساب میبرن و احتمالا قراره مثل اون، ترسو و بزدل بار بیان، بابت اینه که عزت‌نفس داشتم و به‌شکل عزت‌مندانه‌ای عشق ورزیدم و حاضر نشدم تن به چیزایی بدم که درنظرم حقارت‌آمیز هستن و قرار نیست برام سود و منفعت واقعی داشته باشن.

شما موجودات خونگرم ابعاد بالا، خیلی از شما رپتالایی که عشق ورزیدن رو مسخره می‌کنید، خیلی از شما استادای نوری که ترجیح میدادید به‌جای پسر بازی، مشغول نوشتن چنین کتابایی بشم، خیلی از شما فدراسیونی‌هایی که جنم وفاداری به معشوق خودتون رو نداشتید و وقت خودتون رو به قلدری و کصکلک‌بازی صرف کردید، حرفای منو خوب می‌فهمید. وقتشه به روتون بیارم که کی واقعا متضرر شد و عمرشو حروم کرد. وقتی که پایان هر دوره‌ی کسب تجربه و سفر نزدیک میشه، از خودمون می‌پرسیم که چی به‌دست آوردیم و چیا رو ازدست دادیم و بدمون نمیاد که یه جمع‌بندی درست‌وحسابی داشته باشیم. وقتی که ضرر خودتون رو دیدید، زندگی رو به بدشانسی یا ظالم بودن خدای بالای سرتون نسبت ندید بلکه به ابتدای سفری که با هم شروع کردیم نگاهی بندازید.

اگر امثال منو یادتون نمیاد هم من جزو همون آدمایی بودم که بهش به‌چشم یه فرد ساده لوح و احمق نگاه می‌کردید و حتی عارتون میومد که منو توی گروهاتون راه بدید. من همونی بودم که خیلی‌هاتون به عنوان جفت یا دوست‌دختر و دوست‌پسر، توی تناسخای مختلفی با من بودید و خیلی‌هاتون از من سواستفاده کردید و در نظرتون یه خر خوب برای سواری گرفتن بودم.

چهره‌ی خود زرنگ‌پندار خیلی‌هاتون رو هنوز به‌خوبی به‌یاد میارم و قرار هم هست که در آینده، باز هم به روتون بیارم که چطور فکر می‌کردید که با زرنگ‌بازی‌های کصخلانه‌تون موفق شدید کون فیل رو پاره کنید و از من ببرید و بدزدید و مفت‌بری کنید.

من درحالی دارم زمین رو ترک میکنم که سرشناسی اجتماعی خوبی دارم، اونقدر که می‌تونم موقعیت‌های شغلی پرسودی رو توی ابعاد دیگه دنبال کنم و زندگی زمینیم هم بهتر

از خیلی از شما لوزراست. از خودتون خجالت بکشید بابت اینکه آدمایی که باهاتون صاف‌وصادق بودن و خالصانه عشق ورزیدن رو مسخره کردید و زندگی‌شون رو به بازی گرفتید و بخت سیاه و چرک‌آلود خودتون رو به عوامل دیگه نسبت ندید. این تپه گوهی که زندگی کسل‌کننده‌تون رو فراگرفته، تماما محصول سوراخ کون خودتونه.

.

.

.

خلاصه ای از مفهوم ابعاد، از سطح منفی یک تا ۳۶:

۱. بعد منفی یک: توهم_ بعد صفر: انگیزه، معنا_ بعد یک: هدف، جهت
۲. جریان اندیشه
۳. ارتباط

۴. نطق
۵. تعلیم
۶. شهود
۷. درک احساسات
۸. خلق تجربه
۹. مبارزه با نابهنجاری
۱۰. خوشبینی
۱۱. وفاداری
۱۲. خلق تجارب سطح بالا برای افرادی که قادر به لمسش نیستن
۱۳. درک اونچه که گفته نمیشه
۱۴. وجهه ی اجتماعی، سرشناسی، کاریزما
۱۵. اشتیاق
۱۶. باور
۱۷. تغزل، نماد پردازی، صراحت یا عدم صراحت
۱۸. مهندسی معکوس
۱۹. تعصب، غیرت

۲۰. شبیه سازی
۲۱. سکاندار، برنامه ریزی آگاهانه‌ی ناخودآگاه دیگران
۲۲. کلکسیون سازی
۲۳. چیزی مثل قدردانی. دیدن و ارزیابی و استفاده از پتانسیل‌ها، با توجه به هدفی که توی ذهن داریم. این مهارت می‌تونه کمک کنه تا چیزای به درد نخوری که سعی میکنن خودشونو مهم جلوه بدن یا به خاطر عرف، زیادی بهشون بها داده شده هم ببینیم و از نتایج تحلیل‌مون حذفش کنیم.
۲۴. قدرت طراحی خلاقانه‌ی پارامترای تحلیل احساسات فردی (این روش تحلیل، کمک میکنه تا رفتارا و الگوهای فکری آینده‌ی فرد یا جمعو هم پیش بینی کرد)
۲۵. سایه‌های گذشته. داستانی که پشت سر موجوده و تحلیل بهینه‌اش.
۲۶. الگوهای حذف داده. آنتی پروپاگاندا

۲۷. توانایی شناخت و حذف داده‌هایی که دروغ هستن. دروغایی که به طور مستقیم بیان نمیشن اما طوری طرح ریزی شدن که از طریق تحلیل داده‌های آشکار اما دروغین یا غیر مهم، بهشون برسی و باورشون کنی. دروغی که عمدا پنهان شده تا باورپذیر جلوه کنه.
۲۸. تکنیک کشف و افشای دروغ سه لایه به جهت منحل کردن یک سیستم
۲۹. دیدن بازتاب انعکاس. دیدن تاثیری که توی بخش نابهنجار ناخودآگاه و ذهن یه عده میذاری ولی سعی دارن این تاثیرو کتمان کنن.
۳۰. شک شهودی. گاها چیزای بیشتری برای شک کردن وجود داره اما ممکنه که ذهن خودآگاه، قادر به شناساییش نباشه. با این وجود، شک شهودی به عنوان یه پارامتر تحلیلی در نظر گرفته میشه.

۳۱. طرح تلقین، آشنایی با مفهوم تلقین و نقشی که در طراحی ناخودآگاه جمعی داره و استفاده از این ادراک، جهت بهینه‌سازی قضاوت و تحلیل
۳۲. طراحی تلقین، آشنایی با نحوه‌ی طرح ریزی تلقین های بهینه برای ارتباط گرفتن با ناخودآگاه جمعی. تولید کننده‌ی طرح تلقین.
۳۳. توانایی‌های کشف الگوهای حقارت
۳۴. توانایی‌های افشای الگوهای حقارت
۳۵. کشف الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس
۳۶. طراحی الگوهای افشای الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس